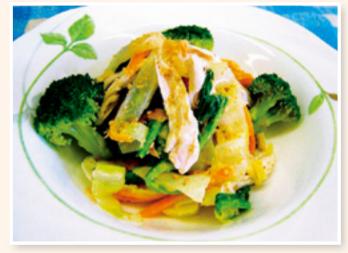


14 | 蒸し鶏と温野菜のごま風味サラダ 食数 1/1 ホテルパン 100g×20人分 2/3 ホテルパン 13人分

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
材料	ほうれん草 (ざく切り) ······ 700g	450g
	キャベツ(6mm幅切り) 700g	450g
	人参(薄切り) 180g	120g
	ブロッコリー (小房) ······ 300g	200g
	鶏ササミ(筋を取る) 300g	200g
	ごまダレ(市販)適宜	適宜
	すりゴマ適宜	適宜



使用ホテルパン 穴あき

工程(使用機器)	調理手順
下処理	① ほうれん草は、アクをおさえるために、2%の塩水に20分程つけます。
加熱調理 (スチームコンベクション)	② 野菜と鶏ササミを、それぞれのホテルパンに入れ、加熱します。 スチーム モード・蒸気量パワー・調理温度100℃・調理時間8分 ← Concierge 200 の場合 No.613 蒸し鶏と温野菜のごま風味サラダ
盛付·提供	③ 鶏ササミは手でさき、全ての材料をごまダレで和えて器に盛り、すりゴマをかけます。
盛付·提供	③ 鶏ササミは手でさき、全ての材料をごまダレで和えて器に盛り、すりゴマをかけます。